

Grammatiklehrerin mit Gefühl

Bettina Wegleiter arbeitet als Psychologin und Coach in Wien und kennt sich mit der Grammatik der Gefühle bestens aus. Selbst die unangenehmen Gefühle, meint sie, sind salonfähig.

Im Gegensatz zu den meisten anderen Frauen ihrer Generation hat Bettina Wegleiter bisher schon viele unterschiedliche Berufe ausgeübt. Sie war Eisverkäuferin, Hotelanimateurin, Rezeptionistin, Reisebüroangestellte, Eventmanagerin, Chef de Rang in einem Haubenlokal, Presseassistentin, Marketingchefin, Künstleragentin, und in den letzten Jahren hat sie als Karriereberaterin für die Universität Wien gearbeitet. Das ist ein wilder Mix.



Serie

FAMOSE
+
FRAUEN

Was dieser einzigartigen Frau jedoch am meisten Freude bereitet, ist die Begeisterung Neues kennenzulernen, sich persönlich weiterzubilden, zu wachsen und reifer zu werden. Ihr Ziel ist es, sinnhafte Arbeit zu leisten. Abenteuer mit sich selbst und anderen zu erleben und nicht zuletzt Selbstreflexion zu üben, um den Charakter von anderen und sich selber zu erkennen. All das hat sie motiviert, den Gefühlen auf den Grund zu gehen und unter die Lupe zu nehmen, was im Emotionsdschungel eigentlich vor sich geht. Aus ihrer Sicht ist die Entwicklung der eigenen emotionalen Kompetenz der Schlüssel für ein friedvolles Miteinander und für eine tragfähigere Zusammenarbeit und Gemeinschaft. „Ich bin bereit, die schönen und die unschönen Dinge anzuschauen und all meine Erfahrungen und mein Wissen über die Nützlichkeit, Funktionsweise und Wirkkraft von Gefühlen mit anderen zu teilen,“ sagt sie.

Mag.a Bettina Wegleiter ist in Tirol geboren, studierte Wirtschaftspsychologie und war von 2006 bis 2012 Karriereberaterin an der Universität Wien. Seither ist sie selbstständig. Sie ist zertifizierte Arbeits- und Organisationspsychologin, Körpertherapeutin nach der Methode Posturale Integration und hat eine Ausbildung zum systemisch-lösungsorientierten Coach. Ihr

Schwerpunkt ist der inklusive und konstruktive Umgang mit Emotionen im Arbeitskontext. Sie ist Lektorin für Kommunikation und Rhetorik am DoktorandInnenzentrum der Universität Wien, unterrichtet Selbstmanagement, Teamarbeit und Konfliktmanagement an der Kunstuniversität Linz sowie an der FH Wels. In österreichischen Unternehmen, Institutionen und Verbänden arbeitet sie Maßnahmen zur Steigerung der Arbeitsfreude, des psychischen und physischen Wohlbefindens am Arbeitsplatz aus. Insbesondere fokussiert sie sich auf die sozialen und emotionalen Aspekte von Teams, Projekten und Prozessen im Kontext der jeweiligen Unternehmenskultur.

Nun widmet sie sich unseren Gefühlen und bietet ab Juli eine Workshop-Reihe unter dem Titel „Grammatik der Gefühle“ an. Dabei geht es in erster Linie um den konstruktiven Umgang mit Emotionen mit sich selbst, mit anderen sowie um Veränderungsprozesse und Herausforderungen unserer heutigen Arbeitswelt. Damit zusammenhängend werden wesentliche psychoedukative Faktoren – wie etwa Wahrnehmung, emotionale Kompetenz, Denk- und Verhaltensmuster, Blockaden und Widerstände - beleuchtet, um aus der Kombination und Reflexion dieser Konzepte neue, zukunftstaugliche und tragfähige Handlungsmöglichkeiten ableiten zu können.

„Ich bin zuversichtlich, dass Menschen genügend Forschergeist besitzen, um meinen Ansatz kritisch zu beleuchten und die Grammatik der Gefühle dabei doch so faszinierend finden, dass sie mithilfe dieser Workshop-Reihe ihre emotionale Intelligenz trainieren möchten“, ist Wegleiter überzeugt, „und zwar sowohl in Bezug auf sich selbst als auch in Bezug auf andere. Davon wird die Arbeitskultur langfristig profitieren.“

Mehr darüber lesen Sie unter www.grammatik-der-gefuehle.at